

Kuntoutukseen

Kela[®]

Kelan kuntoutus ja kuntoutusraha — 2010



Sisällys

Tärkeää tietää	1
Mitä kuntoutusta voit saada?	2
Miten edetä, kun tarvitset kuntoutusta?	3
Ammatillista kuntoutusta työikäiselle	4
Apuvälineitä työhön ja opiskeluun	6
Lääkinnällinen kuntoutus vaikeavammaiselle	7
Harkinnanvarainen kuntoutus	9
Kuntoutusraha	11
Matkakorvaukset	13
Kuntoutuksen verkkopalvelut	14
Muutoksenhaku päätökseen	14
Tiedonvaihto viranomaisten välillä	14
Sanasto*	15

Tärkeää tietää

Kela tukee kuntoutusta ja kuntoutuksen ajan toimeentuloa. Kuntoutuksella pyritään parantamaan työ- ja toimintakykyä sekä tukemaan itsenäistä selviytymistä. Kuntoutus opastaa myös terveelliseen elämäntapaan. Kelan järjestämä kuntoutus on kuntoutujalle yleensä maksutonta.

Kuntoutusta varten tarvitset aina lääkärintodistuksen kuntoutuksen tarpeesta. Tämän jälkeen Kela harkitsee kuntoutuksen myöntämistä lääkärintodistuksen ja yksilöllisen tilanteesi mukaan ja ottaa huomioon kuntoutuksen myöntämiseen vaikuttavat lakisääteiset edellytykset. Näihin edellytyksiin voit tutustua tässä esitteessä pääpiirteittäin. Esitteessä ei kuitenkaan ole mukana kaikkia yksityiskohtia. Lisätietoja saat mm. Kelan verkkosivuilta www.kela.fi. Esitteessä on huomioitu ne lainmuutokset, jotka on vahvistettu 1.1.2010 mennessä.

Onko sinulla oikeus Kelan järjestämään kuntoutukseen?

Kelan järjestämän kuntoutuksen ja kuntoutuksen korvauksien saaminen edellyttää, että kuulut *Suomen sosiaaliturvaan**. Suomen sosiaaliturvaan kuuluvat pääsääntöisesti kaikki Suomessa vakinaisesti asuvat henkilöt sekä tietyin ehdoin Suomeen työskentelemään tulevat henkilöt.

Ilmoita aina muutoksista Kelaan

Muistathan, että sinun on pikaisesti ilmoitettava Kelaan olosuhteidesi muutoksista, esimerkiksi kuntoutuksen keskeyttämisestä tai tulojen muutoksista. Näet Kelan lähettämästä päätöksestä muutokset, joista sinun tulee ilmoittaa. Jos et ilmoita muutoksistasi, saatat jäädä ilman jotakin sinulle kuuluvaa etuutta tai sinulle voidaan maksaa tukea aiheuttomasti, jolloin sitä joudutaan perimään myöhemmin takaisin.

Miten voit asioida Kelassa?

Kela palvelee asiakkaitaan toimistoissa, puhelimitse ja postitse sekä internetissä osoitteessa www.kela.fi. Kun hoidat henkilökohtaisia asioitasi Kelan toimistossa, tarvitset mukaan henkilöllisyystodistuksen (esim. kuvallisen Kela-kortin, ajokortin tai passin). Kelan kuntoutuksesta saat tietoa valtakunnallisesta palvelunumerosta, 020 692 205.

Esitteen lopussa on sanasto, jossa on selitetty joitakin Kelan käyttämiä termejä. Termit on merkitty tekstiin *vinokirjaimin ja tähdellä**.

Kelan viestintä
PL 450
00101 Helsinki
viestinta@kela.fi

Mitä kuntoutusta voit saada?

Kelan järjestämä kuntoutus voidaan jakaa kolmeen kuntoutusmuotoon:

- ammatilliseen kuntoutukseen
- vaikeavammaisten lääkinnälliseen kuntoutukseen ja
- harkinnanvaraiseen kuntoutukseen.

Ammatillinen kuntoutus on tarkoitettu työikäisille, joiden työkyky on heikentynyt tai joilla on uhka tulla työkyvyttömäksi lähivuosina. Kuntoutuksen tarkoitus on edistää työssä jaksamista, työhön palaamista tai työikäisen nuoren työelämään pääsyä. Osana ammatillista kuntoutusta myönnetään myös apuvälineitä työssä tai opinnoissa selviämiseen.

Vaikeavammaisten lääkinnällinen kuntoutus on tarkoitettu alle 65-vuotiaalle vaikeavammaiselle, joka saa korotettua tai ylintä vammaistukea tai eläkettä saavan korotettua tai ylintä hoitotukea. Kuntoutus edesauttaa itsenäistä selviytymistä ja parantaa tai ylläpitää työ- ja toimintakykyä.

Harkinnanvarainen kuntoutus järjestetään eduskunnan vuosittain myöntämällä rahamäärällä. Harkinnanvarainen kuntoutus voi olla esimerkiksi yksilöllisiä kuntoutusjaksoja tai -kursseja, psykoterapiaa tai neurologista kuntoutusta tai apuvälineitä työhön.

Kelan järjestämän kuntoutuksen toteuttavat Kelan valitsevat kuntoutuslaitokset ja muut palveluntuottajat, kuten terapeutit, joille Kela maksaa kuntoutuksesta aiheutuvat kulut. Et yleensä joudu itse maksamaan kuntoutuksestasi. Psykoterapiassa, jota järjestetään harkinnanvaraisena kuntoutuksena, on omavastuuosuus.

Muut kuin Kelan kuntoutukset

Kuntoutusvastuuta on jaettu eri toimijoiden kesken. Kuntoutusta järjestävät Kelan lisäksi myös mm. *julkinen terveydenhuolto**, kuten terveyskeskukset ja sairaalat sekä ammatillista kuntoutusta myös työeläkelaitokset ja työvoimatoimistot. Kela ohjaa sinut muuhun asianmukaiseen kuntoutukseen, jos tarvittavan kuntoutuksen järjestäminen ei kuulu Kelalle. Voit tiedustella mm. lääkäriltäsi tai Kelasta, kenen järjestämää kuntoutusta voit hakea.

Jos kuntoutustarve aiheutuu liikennevahingosta tai työtapaturmasta, kuntoutuksen järjestäminen ei kuulu Kelalle, vaan siitä vastaa vakuutusyhtiösi.

Kuntoutus perustuu lakiin Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista 15.7.2005/566 (KKRL), valtioneuvoston asetukseen Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista 25.8.2005/646 ja sosiaali- ja terveysministeriön asetukseen koulutarvikekustannuksista 13.10.2005/833. Kuntoutuksen yhteistyötä säätelee laki kuntoutuksen asiakasyhteistyöstä 497/2003.

Miten edetä, kun tarvitset kuntoutusta?

Lääkäriin

Kun epäilet, että tarvitset kuntoutusta, ota yhteyttä sinua hoitavaan lääkäriin, tai työterveyslääkäriisi. Lääkäri tutkii, onko kuntoutuksesta apua sairauteesi tai vammaasi, ja antaa asiasta lausunnon. Myös lääkärisi voi ehdottaa kuntoutusta.

Lääkärinlausunnosta tulee ilmetä, mikä sairaus tai vamma sinulla on ja mitä kuntoutusta lääkäri siihen suosittaa, sekä perustelut, miksi kuntoutus on sinulle tarpeellista ja mitkä ovat kuntoutuksen tavoitteet. Lisäksi lausunnon tulee selvittää työ- ja toimintakykyisi rajoitukset sekä sairauden tai vamman todennäköinen kehitys.

Kuntoutuksen hakeminen Kelasta

Kun olet saanut lääkärinlausunnon, voit hakea Kelasta kuntoutusta. Jos haet esimerkiksi kuntoutus- tai sopeutumisvalmennuskurssille, merkitse jo hakemukseen kurssi, jolle haet. Löydät Kelan tarjoamat kuntoutuskurssit Kelan internetsivuilta kurssihausta (www.kela.fi/kuntoutuskurssihaku). Saat myös Kelan toimistosta tietoa eri kuntoutusmahdollisuuksista. Toimistossa voidaan selvittää elämäntilanteeseesi sopiva kuntoutusmuoto ja määritellä kuntoutuksellesi tavoitteet. Kuntoutuksesi suunnitteluun voivat osallistua lisäksi kuntoutuksen asiantuntijat ja työterveyshuolto tai työpaikka.

Täytä kuntoutushakemus ja toimita se Kelaan ennen kuntoutuksen alkamista. Jos kuntoutus on jo alkanut (esim. koulutus), voidaan kuntoutus myöntää aikaisintaan hakemiskuukauden alusta.

Kuntoutuksen harkinta ja myöntäminen

Kelassa harkitaan hakemuksesi ja lääkärinlausunnon perusteella, voidaanko kuntoutus myöntää. Kelan asiantuntijalääkäri osallistuu tarpeenmukaisesti kuntoutusasiasi käsittelyyn. Saat postitse päätöksen siitä, onko kuntoutus myönnetty. Hakemuksesi käsittelytilanteen ja päätöksen näet myös Kelan asiointipalvelusta (www.kela.fi/asiointi), jonne kirjaudut verkkopankkitunnuksillasi.

Kela arvioi kuntoutustarpeesi sairauden pitkittyessä

Kela selvittää tarvittaessa kuntoutustarpeesi, kun sinulle on maksettu sairauspäivärahaa vähintään 60 arkipäivää eli kun olet sairastanut noin 80 kalenteripäivää. Tarvitset kuitenkin myös lääkärintodistuksen, ennen kuin kuntoutus voidaan myöntää.

Ammatillista kuntoutusta työikäiselle

Ammatillinen kuntoutus on tarkoitettu työssä käyvälle tai työelämään siirtyvälle henkilölle, jonka työkyky on jo heikentynyt tai jota uhkaa työkyvyttömyys lähivuosina. Alla on esitelty joitain ammatillisen kuntoutuksen menetelmiä. Erilaisista kuntoutuskursseista on lisätietoa Kelan internetsivulla www.kela.fi/kuntoutuskurssihaku.

Voit saada ammatillista kuntoutusta esimerkiksi

- parantaaksesi työkykyäsi, jotta jaksaisit työelämässä paremmin
- siirtyäksesi työelämään sairauden tai vamman rajoitteista huolimatta
- palataksesi työhön oltuasi pitkään pois työelämästä.

Tutkimukset ennen ammatillisen kuntoutuksen alkamista

Ennen ammatillisen kuntoutuksesi alkamista, sinulle voidaan tarvittaessa tehdä kuntoutustarveselvitys tai kuntoutustutkimus kuntoutuslaitoksessa. Niissä arvioidaan kuntoutuksen tarpeesi sekä kuntoutusmahdollisuudet, ja sinulle laaditaan ammatillinen kuntoutussuunnitelma. Selvityksen ja tutkimuksen tekevät lääkäri, sosiaalityöntekijä, psykologi ja työelämänasiantuntija sekä tarvittaessa muut asiantuntijat.

Työ- ja koulutuskokeilut sekä työhönvalmennus

Työ- ja koulutuskokeilujen tarkoituksena on selvittää, miten selviydyt erilaisissa työtehtävissä tai ammateissa. Kokeilu voi olla sopiva kuntoutusmuoto, jos et enää pysty suoriutumaan nykyisistä työtehtävistäsi ja edessä on työtehtävien tai ammatinvaihto. Työkokeiluun tai työhönvalmennukseen voi ohjata Kela, hoitava lääkäri tai kuntoutustutkimuksen tehnyt asiantuntija.

Työkokeilu järjestetään työpaikalla tai *työklินิกassa** tai muussa kuntoutuslaitoksessa. *Työklินิกalla** tai laitoksessa se kestää 15–40 päivää ja työpaikalla n. 1–2 kuukautta. Jos kuntoutus tapahtuu työpaikalla, voit etsiä siihen sopivan työpaikan itse tai työvoimatoimiston avustuksella. **Koulutuskokeilu** toteutetaan ammatillisessa oppilaitoksessa, ja se kestää muutamasta päivästä kahteen viikkoon. **Työhönvalmennuksessa** harjoitellaan käytännön työtä joko työpaikalla tai kuntoutuslaitoksessa. Työhönvalmennus kestää yleensä 2–6 kuukautta. Mielenterveyskuntoutujille tarkoitettu työhönvalmennus voi kestää keskimäärin vuoden.

Koulutus

Voit saada kuntoutuksena yleissivistävää koulutusta esim. lukiossa tai kansanopistossa, kun se on välttämätöntä päästäksesi ammatilliseen koulutukseen. Ammatillisessa peruskoulutuksessa voit kouluttautua sinulle sopivaan ammattiin, jos sinulla on sairaus, joka rajoittaa ammatinvalintaasi. Ammatillisessa uudelleen- ja jatkokoulutuksessa voit saada itsellesi uuden ammatin, jossa sairaus tai vamma aiheuttaa mahdollisimman vähän rajoituksia.

Koulutuspaikan hankit itse. Voit hakea Kelan kuntoutusta vasta, kun sinut on hyväksytty koulutukseen ja sinulla on lääkärintodistus kuntoutustarpeestasi ja koulutuksen sopivuudesta. Voit aloittaa koulutuksen ennen kuin olet saanut Kelasta päätöksen, mutta hakemus on pitänyt toimittaa Kelaan ennen koulutuksen aloittamista. Voit saada suunnitellun koulutuksesi ajalta korvauksia tarpeellisista opiskelukustannuksista ja matkakustannuksista (s. 11) sekä kuntoutusrahaa (s. 11–12).

Työkykyä ylläpitävä ja parantava valmennus (TYK)

Jos olet työelämässä, voit ylläpitää ja parantaa työkykyäsi Kelan TYK-toiminnan avulla. Ensin sinun tulee kuitenkin käyttää kuntoutumiseesi työpaikkasi työterveyshuollon työkykyä edistäviä toimenpiteitä. Työterveyshuolto ohjaa osallistujat Kelan TYK-toimintaan.

Työkykyä ylläpitävä valmennus voi olla joko yksilö- tai ryhmävalmennusta. TYK-valmennus toteutetaan kuntoutuslaitoksessa. Siihen kuuluu 1–12 vuorokauden selvitysjakso, jossa laaditaan yksilöllinen valmennussuunnitelma, sekä valmennusjakso, joka kestää enintään 21 vuorokautta. Kuntoutusjaksot voivat olla myös lyhyitä jaksoja, joiden välillä työskentelet työpaikallasi.

Elinkeinotukea yrittäjälle

Elinkeinotuen tarkoitus on tukea sairaan tai vammaisen yrittäjän tai ammatinharjoittajan työn aloittamista sekä työvälineiden hankintaa. Jos sinulla on jo toiminnassa oleva yritys, voit saada tukea työvälineiden hankintaan, jos ne tulevat henkilökohtaiseen käyttöösi ja ovat sairauden tai vamman takia tarpeellisia työn suorittamisessa. Ennen tuen myöntämistä Kela arvioi, onko yritystoiminta ja työ sopivaa sairautesi kannalta. Lisäksi arvioidaan ammattitaitoasi kyseisessä työssä sekä yrityksen toiminta- ja menestymismahdollisuuksia. Avustuksen määrä perustuu tarpeellisuus- ja kohtuullisuusharkintaan. Se on enintään 80 % hyväksytystä kustannusarviosta. Suurin mahdollinen elinkeinotuki on 17 000 euroa.

Näin haet ammatillista kuntoutusta

- ▶ Hakeudu sinua hoitavalle lääkärille tai työterveyslääkärille.
- ▶ Kun olet saanut lääkärintodistuksen kuntoutustarpeestasi, täytä hakemus ammatillisesta kuntoutuksesta (ETK/Kela 7009) ja toimita se Kelaan.
- ▶ Liitä mukaan lääkärin kirjoittama B-lääkärinlausunto, josta selviää sairautesi tai vammasi sekä lääkärin suosittama kuntoutus perusteluineen.
- ▶ Jos haet koulutukseen, liitä mukaan koulu- ja työtodistukset.
- ▶ Jos haet TYK-toimintaa, liitä mukaan selvitys työterveyshuollossa (KU 108) ja työpaikalla (KU 109) toteutetuista toimenpiteistä.
- ▶ Jos haet elinkeinotukea, täytä hakemus ammatillisesta kuntoutuksesta (ETK/Kela 7009) ja liite elinkeinotuesta (Ku 105), sekä selvitys tarvittavista työvälineistä ja yritystoiminnan kannattavuudesta.

Apuvälineitä työhön ja opiskeluun

Jos et selviydy sairauden tai vamman vuoksi työstäsi tai opinnoistasi ilman kalliita erikoisapuvälineitä, voit saada ne ammatillisena kuntoutuksena Kelasta. Tällaisia apuvälineitä ovat esimerkiksi tekniset erityislaitteet, kuten lukutelevisio, piste- ja isonäytöt sekä atk-laitteistot. Kela huomioi apuvälineiden myöntämisessä, millaisissa opinto- tai työolosuhteissa työskentelet ja mitä vaatimuksia ne asettavat sinulle. Kela järjestää myös opetusta apuvälineiden käytössä ja vastaa niiden huollosta.

Apuvälineen voit saada aikaisintaan peruskoulun 7. luokalta alkaen. Tällöin opiskelujen tulee tähdätä ammatillisiin opintoihin ja työelämään pääsyyn. Peruskoululainen ja lukiolainen esittääkin hakemuksensa liitteenä suunnitelman ammatillisen koulutuksen toteuttamisesta ja apuvälineiden tarpeellisuudesta opinnoissaan.

Lisäksi harkinnanvaraisena kuntoutuksena voidaan myöntää muita kuin kalliita ja vaativia apuvälineitä, jotka ovat välttämättömiä töissä selviytymiseksi.

Jokapäiväiseen selviytymiseen liittyviä apuvälineitä, kuten liikkumisen tai kommunikaation apuvälineitä, voit tiedustella *julkisesta terveydenhuollosta**.

Näin haet apuvälineitä

- ▶ Täytä kuntoutushakemus (Ku 103) ja toimita se Kelaan.
- ▶ Liitä mukaan lääkärin kirjoittama B-lääkärinlausunto.
- ▶ Liitä mukaan lääkärin tai asiantuntijan selvitys apuvälineiden tarpeesta ja suositellusta apuvälineestä.

Lääkinnällinen kuntoutus vaikeavammaiselle

Kela järjestää vaikeavammaisille lääkitä kuntoutusta ja korvaa kuntoutuksesta aiheutuneita kustannuksia. Lääkitä kuntoutus on tarkoitettu alle 65-vuotiaille vaikeavammaisille, joille sairaus tai vamma aiheuttaa lääketieteellisen ja toiminnallisen haitan, joka vaikeuttaa selviytymistä arjessa.

Kuntoutuksen tarkoituksena on turvata työ- tai toimintakykyä niin, että pystyisit työskentelemään ja selviytymään arkielämän toiminnoista paremmin sairaudesta tai vammasta huolimatta. Voit saada kuntoutusta toimintakyvyn heikkenemisen hidastamiseksi myös tilanteissa, joissa sairaus on parantumaton ja toimintakykyä hoidosta ja kuntoutuksesta huolimatta heikkenee.

Voit saada vaikeavammaisen lääkitä kuntoutusta vain, jos saat

- korotettua tai ylintä vammaistukea
- eläkettä saavan korotettua hoitotukea tai ylintä hoitotukea alle 65-vuotiaana tai
- ylimmän vammaistuen suuruista vammaistukea, jota maksetaan kansaneläkelain mukaisen työkyvyttömyyseläkkeen lepäämisajalta.

Edellytyksenä kuntoutussuunnitelma

Vaikeavammaisen lääkitä kuntoutus perustuu aina kirjalliseen kuntoutussuunnitelmaan, eikä sitä voida myöntää ilman tätä. Laadit kuntoutussuunnitelman yhdessä lääkitä kanssa. Suunnitelman laadintaan voivat osallistua myös hoidostasi vastaava *julkisen terveydenhuollon** työryhmä sekä omaisesi.

Kuntoutussuunnitelma tehdään Kelan kuntoutussuunnitelmalomakkeelle (KU 207) tai B-lääkitäinlausuntoon, mikäli siitä käyvät ilmi tarvittavat tiedot. Suunnitelma tehdään 1–3 vuodeksi kerrallaan, mutta sitä voidaan tarkistaa tarvittaessa.

Suunnitelmasta tulee käydä ilmi

- sairauttasi koskevat tiedot ja elämäntilanteesi
- aiemmin saamasi kuntoutus ja sen tulokset
- sairauttasi aiheuttama lääketieteellinen ja toiminnallinen haitta
- kuntoutuksen tavoitteet, yhdyshenkilöt, seurantamenetelmät ja hoitovastuu
- kuntoutustoimenpiteet sekä niiden ajoitus, kesto, käyntitiheys, perustelut kotikäynneille ja toteuttajataho
- tarvittaessa perustelut omaisten tai läheisten osallistumisesta kuntoutukseen
- suunnitelman laatijoiden yhteystiedot.

Millaista kuntoutusta voit saada?

Vaikeavammaisen lääkinällinen kuntoutus voidaan järjestää laitoksessa tai avohoitona. Avohoitona järjestetään erilaista terapiaa, esim.

- fysioterapiaa
- toimintaterapiaa
- puheterapiaa
- psykoterapiaa
- musiikkiterapiaa
- neuropsykologista kuntoutusta.

Laitoksessa järjestettävät kuntoutusjaksot kestävät vähintään 18 arkipäivää. Ne voidaan toteuttaa yhdellä kertaa tai jaksoittain. Kuntoutusjaksolle voi osallistua myös omaisesi, jos se on kuntoutuksen vuoksi tarpeellista.

Jos vaikeavammaisen lääkinällinen kuntoutus liittyy välittömästi sairaanhoitoon, kuntouttajana toimii *julkinen terveydenhuolto**. Esimerkiksi jos olet vielä sairaalahoidossa, mutta olet aloittanut kuntoutuksen sairaalassa, kuntoutuksesi vastaa sinua hoitava sairaala.

Näin haet vaikeavammaisen lääkinällistä kuntoutusta

- ▶ Hakeudu sinua hoitavalle lääkärille tai työterveyslääkärille.
- ▶ Kun olet saanut lääkärintodistuksen kuntoutustarpeestasi, voit hakea kuntoutusta Kelasta.
- ▶ Täytä kuntoutushakemus (Ku 102) ja toimita se Kelaan.
- ▶ Liitä mukaan erillinen kuntoutussuunnitelma (lomake Ku 207) tai lääkärin kirjoittama B-lääkärinlausunto, josta selviää asianmukaisesti määriteltä sairautesi tai vammasi sekä lääkärin suosittelema kuntoutus perusteluineen.

Harkinnanvarainen kuntoutus

Kela voi myöntää harkinnanvaraista kuntoutusta sen rahamäärän puitteissa, jonka se saa vuosittain eduskunnalta. Harkinnanvarainen kuntoutus on tarkoitettu pääasiassa työikäisille, joilla sairaus tai vamma haittaa työkykyä. Harkinnanvaraista kuntoutusta voivat yksilöllisen tarpeen mukaan saada myös työelämän ulkopuolella olevat, eri ikäryhmiin kuuluvat asiakkaat, joiden toimintakykyä ja elämänlaatua voidaan parantaa kuntoutuksella.

Seuraavassa on esitelty joitain harkinnanvaraisen kuntoutuksen menetelmiä. Kuntoutus- ja sopeutumisvalmennuskursseista on tietoa Kelan internetsivulla www.kela.fi/kuntoutuskurssihaku.

ASLAK-kurssit työssä käyville

Ammatillisesti syvennetty lääketieteellinen kuntoutus (ASLAK) on Kelan kehittämä varhaiskuntoutuksen muoto. Se sopii työpaikoille ja ammattialoille, joissa työstä johtuva fyysinen, henkinen ja sosiaalinen kuormitus on suuri ja johtaa helposti terveydellisiin ongelmiin ja työkyvyn heikkenemiseen. Voit hakeutua ASLAK-kurssille, jos sinulla on jo oireita, jotka uhkaavat heikentää työkykyäsi. ASLAK-kurssi voi olla avo- tai laitospuolinen, ja se toteutetaan 2–3 jaksossa vuoden kuluessa. Kuntoutusjaksojen välissä työskentelet työpaikallasi. Kurssi suunnitellaan yhteistyössä Kelan, työpaikkasi työterveyshuollon ja kuntoutuksen palveluntuottajan kanssa.

Sopeutumisvalmennus

Sopeutumisvalmennuksen tavoite on parantaa sairauden tai vamman heikentämiä psyykkisiä, fyysisiä ja sosiaalisia työ- ja toimintavalmiuksia ja antaa edellytykset mahdollisimman täysipainoiseen elämään. Sopeutumisvalmennus toteutetaan yleensä kurssimuotoisena avohoidossa tai laitoksessa, ja ohjelmassa painottuvat erilaiset ryhmätoiminnot. Osa kursseista on perhekursseja, joihin osallistuvat myös kuntoutujan omaiset. Vaikeavammaisille järjestetään lisäksi yksilöllistä sopeutumisvalmennusta.

Psykoterapia

Kela voi järjestää 16 vuotta täyttäneille psykoterapiaa. Alle 16-vuotiaiden terapiasta vastaa *julkinen terveydenhuolto**. Lapsille Kela järjestää psykoterapiaa vain osana monimuotoista perhekuntoutusta. Psykoterapiaa voi saada 1–2 kertaa viikossa. Kela myöntää terapian vuodeksi kerrallaan. Voit hakea terapialle jatkoa, jolloin tarvitset uuden lausunnon lääkäriltäsi ja terapeutiltäsi. Voit saada Kelan tukemaa terapiaa enintään 3 vuoden ajan.

Voit hakea psykoterapiaa, jos

- sinulla on ollut diagnoosin saamisen jälkeen vähintään 3 kuukautta jatkunut hoitosuhde, johon sisältyvät psykiatrin arviot diagnoosista ja kuntoutustarpeestasi
- hoitosuhteesi jatkuu edelleen psykiatrian erikoislääkärin suosituksen mukaan
- perusteellisen arviointilausunnon mukaan tarvitset terapiaa
- muiden hoito- ja kuntoutusmuotojen (esim. kriisiterapia) mahdollisuudet on selvitetty.

Neuropsykologista kuntoutusta

Neuropsykologista kuntoutusta myönnetään 16 vuotta täyttäneille kehityksellisiin oppimisvaikeuksiin liittyen ja aivovaurioiden jälkeen. Voit saada neuropsykologista kuntoutusta, jos sinulla on esimerkiksi lukihäiriö, hahmotushäiriö, tarkkaavaisuushäiriö (ADHD) tai monimuotoinen kehityksellinen häiriö. Lisäksi kuntoutus voi olla tarpeen, jos sinulla on ollut esimerkiksi aivohalvaus, aivoverenvuoto, aivovamma, aivotulehdus tai muita keskushermostoa vaurioittavia sairauksia.

Neuropsykologiseen kuntoutukseen pääseminen edellyttää aina neuropsykologista tutkimusta, jossa selvitetään yksityiskohtaisesti erityisvaikeuksien luonne, häiriöiden laajuus, vaikeusaste, haitta ja hoidettavuus.

Neuropsykologista kuntoutusta annetaan avohoitona 1–2 kertaa viikossa. Kela myöntää terapian vuodeksi kerrallaan. Voit hakea terapialle jatkoa, jolloin tarvitset uuden lausunnon neuropsykologilta. Voit saada Kelan tukemaa neuropsykologista kuntoutusta enintään 3 vuoden ajan. Enimmäisaika arvioidaan hoidon tuloksellisuuden mukaan.

Näin haet harkinnanvaraista kuntoutusta

- ▶ Hakeudu sinua hoitavalle lääkärille tai työterveyslääkärille.
- ▶ Kun olet saanut lääkärintodistuksen kuntoutustarpeestasi, täytä kuntoutushakemus (Ku 102) ja toimita se Kelaan.
- ▶ Liitä mukaan B-lääkärinlausunto, josta selviää kuntoutuksen perustena oleva sairaus tai vamma sekä suositeltu kuntoutus ja sen perustelut.
- ▶ Psykoterapiaa haettaessa hakemukseen liitetään mukaan psykiatrian, lastenpsykiatrian tai nuorisopsykiatrian erikoislääkärin tai terapiakoulutuksen saaneen lääkärin lausunto. Lausunnon tulee ilmetä mm. yksilöity opiskelu- ja työkykyyn liittyvä kuntoutustavoite, terapian tarve, kesto ja suositeltu terapiamuoto.

Kuntoutusraha

Kuntoutusraha turvaa toimeentuloasi kuntoutukseen osallistumisen ajalta, kun kuntoutuksen tavoite on työelämässä pysyminen, työelämään palaaminen tai työelämään pääsy. Voit saada kuntoutusrahaa, jos olet 16–67-vuotias etkä kuntoutuksen vuoksi pysty tekemään työtä. Lisäksi sinulla tulee olla hyväksyttävä kuntoutuspäätös esim. Kelasta tai työterveyshuollosta (nuoren ja oppisopimuskoulutuksessa oleva vajaakuntoisen kuntoutusrahan saaminen ei edellytä kuntoutuspäätöstä). Jos saat kuntoutuksesi ajalta palkkaa, kuntoutusraha maksetaan työnantajallesi.

Et voi saada kuntoutusrahaa, jos saat

- vanhuuseläkettä tai varhennettua vanhuuseläkettä kansaneläkelain tai työeläkelakien perusteella
- pakollisen tapaturmavakuutuksen, liikennevakuutuksen tai sotilasvamma- tai sotilastapaturmalain perusteella myönnettyä täyttä ansionmenetykskorvausta.

Kuntoutusrahan maksaminen ja omavastuu aika

Kuntoutusrahaa maksetaan arkipäiviltä omavastuuajan jälkeen. Arkipäiviä ovat päivät maanantaista lauantaihin, mutta eivät pyhät. Kuntoutusrahaa maksetaan jälkikäteen kuntoutuksen toteututtua. Se on verotettavaa tuloa.

Omavastuu aika on yleensä kuntoutuksen aloittamispäivä ja 9 seuraavaa arkipäivää. Jos menet lyhyelle sopeutumisvalmennus- tai kuntoutuskurssille tai kuntoutustarpeen selvittämistä varten tutkimus- tai kokeilujaksolle, omavastuu aikasi on yksi päivä. Omavastuu aika on yksi päivä myös, jos kuntoutus jatkuu uudelleen 30 päivän sisällä edellisestä. Jos aloitat kuntoutuksen niin, että olet juuri saanut sairauspäivärahaa, osasairauspäivärahaa, työttömyyssetuutta tai koulutustukea, kuntoutusrahaa voidaan maksaa heti ilman omavastuu aikaa. Omavastuu aika on 30 päivää, jos olet saanut täyttä työkyvyttömyyseläkettä välittömästi ennen kuntoutuksen alkamista.

Paljonko kuntoutusrahaa voi saada?

Kuntoutusraha lasketaan kuten sairauspäiväraha. Se määräytyy yleensä *verotuksessa todettujen työtulojesi** mukaan. Ammatillisen kuntoutuksen ajalta maksettava kuntoutusraha on kuitenkin yleensä sairauspäivärahaa suurempi.

Yrittäjillä huomioidaan *YEL-* ja *MYEL-vakuutuksen vuosityötulot** tai jos yrittäjä ei ole vakuuttamisvelvollinen, elinkeinotoiminnan ansiotulot. Palkansaajan tulosta vähennetään verotuksessa tulonhankkimiskulut sekä työeläkemaksua, sairausvakuutuksen päivärahamaksua ja työttömyysvakuutusmaksua vastaava vähennys. Muut tulot ja korvaukset saattavat vähentää kuntoutusrahaasi. Oman kuntoutusrahasi määrän voit arvioida Kelan internetsivuilla www.kela.fi/laskurit.

Kun tulot ovat kasvaneet

Voit hakea kuntoutusrahaa *verotuksessa todettuja työtuloja** tuorempien työtulojen perusteella, jos tulosi ovat vähintään 20 % suuremmat kuin verotuksen palkkakertoimella korotetut työtulot tai *YEL- ja MYEL-vakuutuksen** työtulot. Tällöin Kela laskee hakemuksesta tuloiksesi ansiot 6 kuukauden ajalta ennen kuntoutusta, ja tulot kerrotaan kahdella vuosituloksi. Näistä tuloista tehdään samat vähennykset kuin verotetusta tulosta. Tuoreempia työtuloja voidaan huomioida myös, jos sinulla on ollut lyhytaikaisia työsuhteita tai olet vaihtanut ammattia.

Jos sinulla ei ole työtuloja

Jos sinulla ei ole työtuloja, kuntoutusrahasi on vähintään 22,04 euroa arkipäivältä. Vähimmäismäärästä voidaan kuitenkin vähentää samalta ajalta saamasi muut ansionmenetykskorvaukset.

Työtön, opiskelija, eläkeläinen

Jos olet saanut kuntoutusta edeltäneiden 4 kuukauden aikana työttömyysetuutta tai opintorahaa, kuntoutusraha määräytyy saadun etuuden perusteella. Jos olet saanut edeltäneiden 6 kuukauden aikana kuntoutusrahaa, kuntoutusrahasi määräytyy sen perusteella, ellei kuntoutusraha ole muilla perusteilla suurempi. Jos saat täyttää työkyvyttömyyseläkettä, työttömyyseläkettä tai sukupuolenvaihdoseläkettä, kuntoutusraha on 10 % eläkkeen määrästä. Kuntoutusraha maksetaan eläkkeen lisäksi.

Nuoren kuntoutusraha

Jos olet 16–19-vuotias, voit saada kuntoutusrahaa, jos työkykyysi tai mahdollisuutesi valita ammatti ovat sairauden tai vamman vuoksi olennaisesti heikentyneet ja tarvitset tehostettua työkyvyn arviointia ja kuntoutusta. Saadaksesi kuntoutusrahaa sinulla tulee olla kotikunnassasi laadittu henkilökohtainen opiskelu- ja kuntoutumissuunnitelma. Suunnitelmassa tulee olla alustavat tiedot ammatillisen kuntoutumisen mahdollisuuksista ja tavoitteista sekä alustava koulutussuunnitelma. Toimita tämä suunnitelma kuntoutusrahahakemuksen yhteydessä Kelaan. Kela seuraa suunnitelman toteutumista. Kuntoutusrahasi on vähintään 22,04 euroa arkipäivältä. Kuntoutuspäätöksen ja kuntoutuksen väliseltä ajalta sekä kuntoutusjaksojen välissä kuntoutusraha maksetaan 20 % alennettuna tai vähimmäismääräisenä. Nuoren kuntoutusrahaa maksetaan omavastuuaajan jälkeen enintään sen kuukauden loppuun, jolloin täytät 20 vuotta tai jos kuntoutus on kesken, kuntoutusjaksosi tai koulutuksesi päättymiseen asti.

Oppisopimuskoulutuksessa olevan kuntoutusraha

Jos työkykyysi on olennaisesti heikentynyt ja sinulla on työkyvyttömyyden uhka lähivuosina, voit saada kuntoutusrahaa oppisopimuskoulutuksen ajalta. Koska saat palkkaa oppisopimuksen ajalta, palkkaa vastaava määrä kuntoutusrahastasi maksetaan työnantajallesi.

Näin haet kuntoutusrahaa

- ▶ Täytä kuntoutusrahahakemus (Ku 112) ja toimita se Kelaan.
- ▶ Liitä mukaan ilmoitus (Ku 114) tai kopio kuntoutuspäätöksestä, jos kyseessä on muu kuin Kelan järjestämä kuntoutus.
- ▶ Jos saat kuntoutuksen ajalta palkkaa tai haet kuntoutusrahaa sitä edeltäneiden 6 kuukauden tulojen mukaan, liitä mukaan palkkatodistus tai pyydä työnantajaa tekemään Y17-ilmoitus verkossa tai lomakkeella.
- ▶ Jos haet nuoren kuntoutusrahaa tai oppisopimuskoulutuksessa olevan kuntoutusrahaa, liitä mukaan lomake (Ku 111), hyväksytty oppisopimus tai henkilökohtainen opiskelu- ja kuntoutumissuunnitelma nuoren kuntoutusrahaa varten lomake (KU 110) sekä lääkärinlausunto-B.
- ▶ Hae etuutta 4 kuukauden kuluessa kuntoutuksen aloittamisesta.

Ylläpitokorvaus kuntoutuksen ylimääräisistä kustannuksista

Jos kuntoutus aiheuttaa ylimääräisiä kustannuksia ja saat kuntoutusrahaa enintään 22,04 euroa päivässä, voit saada lisäksi ylläpitokorvausta 9 euroa päivältä lähinnä kuntoutustutkimusten, -kokeilujen ja avokuntoutuksen ajalta. Ylläpitokorvaus on veroton. Hae ylläpitokorvausta, kuten kuntoutusrahaa.

Kuntoutusavustus kuntoutuksen jälkeen

Kuntoutusavustuksen tarpeellisuus ja suuruus harkitaan elämäntilanteesi perusteella. Voit saada avustusta kuntoutuksen jälkeen enintään 6 kuukauden kuntoutusrahan verran. Avustus on verotettavaa tuloa. Sitä ei voida myöntää, jos sinulla on oikeus työttömyyspäivärahaan tai työmarkkinatukeen. Voit hakea avustusta kuntoutusavustushakemuksella (Ku 113) 4 kuukauden kuluessa kuntoutusrahan maksamisen päättymisestä.

Matkakorvaukset

Kela korvaa kuntoutuksestasi aiheutuneita matkakustannuksia, jos matkat ovat olleet tarpeelliset kuntoutukseksi takia. Matkakustannuksistasi korvataan omavastuuosuuden ylittävät kustannukset yleensä halvimman matkustustavan mukaan. Kun käytät omaa autoa, korvaus on 0,20 euroa kilometriltä. Omavastuu on 9,25 euroa yhteen suuntaan tehdyltä matkalta. Koko vuoden omavastuu on 157,25 euroa. Kun vuotuinen omavastuu on ylittynyt, Kela korvaa ylittävän osan kustannuksista kokonaan. Saat Kelasta ilmoituksen omavastuuosuuden täyttymisestä ja vuosiomavastuukortin, jota näyttämällä voit matkustaa kustannuksitta, jos kuljettajalla on Kelan kanssa sopimus.

Kuntoutusraha perustuu lakiin Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista 15.7.2005/566 (KKRL) sekä valtioneuvoston asetukseen Kansaneläkelaitoksen kuntoutusetuuksista ja kuntoutusrahaetuksista 25.8.2005/646.

Kuntoutuksen verkkopalvelut

Verkossa hoidat Kela-asiasi kätevästi. Kelan internetsivuilla www.kela.fi voit

- arvioida laskureilla kuntoutusrahan määrän (www.kela.fi/laskurit)
- kuntoutuskurssihaualla etsiä sinulle sopivia kursseja mm. ajankohdan tai sairauden perusteella (www.kela.fi/kuntoutuskurssihakuk)
- täyttää ja tulostaa hakemuksia
- lähettää kysymyksiä Kelan asiantuntijoille.

Sähköiseen asiointipalveluun (www.kela.fi/asiointi) tunnistaudutaan omilla pankkitunnuksilla tai sähköisellä henkilökortilla. Palvelussa voit

- tarkistaa, onko kuntoutus- tai kuntoutusrahhakemuksesi ratkaistu ja paljonko kuntoutusrahaa on myönnetty
- katsoa kuntoutuksen tietoja, esim. mille ajalle kuntoutus on myönnetty
- muuttaa tilinumerotietosi
- katsoa Kelan lähettämiä kirjeitä ja päätöksiä.

Muutoksenhaku päätökseen

Kelan ammatillista kuntoutusta, vaikeavammaisen lääkinnällistä kuntoutusta tai kuntoutusrahaa koskeviin päätöksiin voi hakea muutosta sosiaaliturvan muutoksenhakulautakunnalta. Voit tarvittaessa valittaa sosiaaliturvan muutoksenhakulautakunnan päätöksestä vakuutusosoikeuteen, joka on ylin valitusaste Kelan kuntoutusta ja kuntoutusrahaa koskevissa asioissa. Muutoksenhausta on tarkemmat ohjeet Kelasta saamasi päätöksen liitteenä.

Tiedonvaihto viranomaisten välillä

Kelan työntekijät ovat vaitiolovelvollisia, ja tietojasi käytetään vain virkatehtävissä. Kelalla on oikeus antaa muille viranomaisille tietoja lain edellyttämällä tavalla. Kela saa työtään varten tietoja muilta viranomaisilta sekä eläke- ja vakuutuslaitoksilta, työnantajilta, työttömyys- ja työpaikkakassoilta, vuokranantajilta, asunto-osake- tai kiinteistöyhtiöiltä sekä terveyskeskuksilta ja sairaaloilta.

Sanasto*

Sanastossa on selitetty joitakin lainsäädännön ja Kelan käyttämiä termejä. Sanaston termit on merkitty esitteeseen *vinokirjaimin ja tähdellä**.

Ansiotyö

Toisen palveluksessa tehtyä työtä ja omaa työtä. Oma työnä pidetään mm. omassa tai perheenjäsenen yrityksessä tai ammatin harjoittajana tehtyä työtä sekä maa-, koti- tai muussa taloudessa tehtyä työtä ja itsenäistä tieteellistä tai taiteellista työtä. Lisätietoja www.vero.fi.

Julkinen terveydenhuolto

Julkisen terveydenhuollon palveluihin kuuluvat mm. kotikunnan tai sairaanhoitopiirin terveyskeskuksissa ja sairaaloissa järjestämä hoito. Sosiaali- ja terveysministeriön asetuksessa on määrätty, milloin hoito on katsottava jatkuvaksi ja julkiseksi.

Suomen sosiaaliturvaan kuuluminen

Kelan etuuskien saaminen edellyttää Suomen sosiaaliturvaan kuulumista. Yleensä kaikki Suomessa vakituisesti asuvat henkilöt kuuluvat Suomen sosiaaliturvaan. Jos henkilö muuttaa ulkomaille tilapäisesti eli alle vuodeksi, hän kuuluu pääsääntöisesti Suomen sosiaaliturvaan ja on oikeutettu Kelan etuuksiin. EU- tai ETA-maihin tai Sveitsiin töihin muuttavilla kuitenkin lyhytkin työskentely riittää yleensä siirtämään henkilön työskentelymaahan sosiaaliturvan piiriin. Jos henkilö muuttaa ulkomaille pysyvästi eli yli vuodeksi, hän ei yleensä enää kuulu Suomen sosiaaliturvaan. Poikkeuksena ovat kuitenkin esimerkiksi lähetetyt työntekijät, virkamiehet ja heidän perheenjäsenensä, jotka säilyvät Suomen sosiaaliturvassa ulkomaankomennuksensa ajan. Kun oikeus Suomen sosiaaliturvaan kuulumiseen lakkaa, henkilö voi kuulua oleskelu- tai työskentelymaan sosiaaliturvaan. Sosiaaliturvaan kuulumisen voi selvittää oleskelumaan sosiaaliturvalaitoksesta.

Työklänikka

Kuntoutuslaitos tai muu kuntoutusta tuottava yksikkö, jossa voidaan harjoitella työtehtäviä käytännössä. Työklänikoissa on erilaisia työpisteitä ja -osastoja, joissa harjoitellaan esim. puutöitä, metallitöitä, auton korjausta yms.

Työtulo

Työtuloa ovat palkkatulot luontoisetuineen ja lisineen, vakuutuslasku, YEL- ja MYEL-työtulo sekä yritystoiminnasta tai ammatinharjoitustoiminnasta saadut palkka- ja ansiotulot (esim. elinkeinotoiminnan tai maatalouden ansiotuloista).

Verotuksessa todettu työtulo

Verotuksessa todettu työtulo koostuu työtuloiksi katsottavista verotettavista tuloista, joita ovat mm. palkkatulot luontoisetuineen ja lisineen, vakuutuspalkka, YEL- ja MYEL-työtulo. Jos yrittäjällä tai ammatinharjoittajalla ei ole kyseisenä verovuonna ollut YEL- tai MYEL-vakuutusta eikä hän ole vakuuttamisvelvollinen, työtulo koostuu yritystoiminnasta tai ammatinharjoitustoiminnasta saadusta palkka- ja ansiotulosta (esim. elinkeinotoiminnan tai maatalouden ansiotuloista). Kun kuntoutusraha-oikeus alkaa vuonna 2010, kuntoutusrahan perusteena käytetään verovuoden 2008 verotuksessa vahvistettuja työtuloja.

YEL- ja MYEL-vakuutus

Yrittäjän tai maatalousyrittäjän työeläkevakuutus. YEL- ja MYEL-vakuutus perustuu YEL- tai MYEL-työtuloon, jonka mukaan lasketaan kaikki YEL- tai MYEL-eläkkeet, korvaukset ja Kelan päivärahat. Vakuutukset voivat olla pakollisia tai vapaaehtoisia. Lisätietoja mm. www.mela.fi, www.etk.fi ja eläkevakuutusyhtiöt.

Osoitteita

Kelan toimistojen yhteystiedot ja palvelunumerot ovat Eniron paikallisissa puhelinluetteloissa sekä Kelan internetsivuilla www.kela.fi.

Kansaneläkelaitos

Nordenskiöldinkatu 12, 00250 Helsinki
PL 450, 00101 Helsinki
Puhelin 020 634 11
Faksi 020 634 5058

Lisätietoja

Eläketurvakeskus, www.etk.fi
Lääkkeiden hintalautakunta, www.hila.fi
Työeläkelaitokset, www.tyoelake.fi
Työttömyyskassojen yhteisjärjestö, www.tyj.fi
Työvoimatoimistot, www.mol.fi

Muutoksenhaku

Sosiaaliturvan muutoksenhakulautakunta

Siltasaarencatu 12 A
PL 330, 00531 Helsinki
Puhelin (09) 160 01, (09) 160 74100
www.somla.fi

Vakuutusosikeus

Lönnrotinkatu 18
PL 338, 00121 Helsinki
Puhelin 0100 86 330
www.oikeus.fi/vakuutusosikeus

Opintotuen muutoksenhakulautakunta

Hämeentie 3
PL 386, 00530 Helsinki
Puhelin (09) 160 30000
www.opintotuenmuutoksenhakulautakunta.fi

Työttömyysturvan muutoksenhakulautakunta

Siltasaarencatu 12 A,
PL 124, 00531 Helsinki
Puhelin (09) 160 01

Kelan palvelut verkossa

Voit hoitaa yhä useammin asiiasi verkossa sinulle parhaiten sopivana aikana.

Kelan verkkopalvelut löydät osoitteesta www.kela.fi.

Kelan verkkopalvelut

- Laskurit, joilla voit arvioida etuuden määrän.
- Etuuksien hakemuslomakkeet, jotka voit täyttää ja tulostaa.

Kelan asiointipalvelussa (www.kela.fi/asiointi) voit

- täyttää joitakin hakemuksia ja ilmoituksia
- tarkistaa etuustietojasi, kuten onko hakemuksesi ratkaistu ja koska etuus maksetaan
- katsoa Kelan sinulle lähettämiä kirjeitä ja päätöksiä
- muuttaa tilinumerotietosi.

Asiointipalveluun kirjaudut pankkitunnuksillasi tai sähköisellä henkilökortillasi.



KANSANELÄKELAITOS

Viestintä

PL 450

00101 Helsinki

Esitteitä voi tulostaa

Kelan internetsivuilta www.kela.fi

tai hakea Kelan toimistoista



Kelan palvelunumerot

ma–pe klo 8–18

Asevelvollisen tuet Sotilasavustus ja muut asevelvollisen tuet	020 692 200
Asumisen tuet Yleinen asumistuki	020 692 201
Eläkeasiat Kansaneläke, työeläke, eläkkeensaajan asumistuki	020 692 202
Kela-kortti ja EU-sairaanhoitokortti Kela-kortin ja eurooppalaisen sairaanhoitokortin tilaukset	020 692 203
Kuntoutus Kuntoutuspalvelut ja -kurssit, kuntoutusraha	020 692 205
Lapsiperheiden tuet Vanhempainpäivärahat, lapsilisä, elatustuki ja muut lapsiperheen tuet	020 692 206
Maasta- ja maahanmuutto Sosiaaliturva ulkomaille tai Suomeen muutettaessa	020 692 207
Omaisen kuoltua Leskeneläke, lapseneläke, perhe-eläke	020 692 208
Opiskelijan tuet Opintoraha, asumislisä, opintolainan valtiontakaus, korkoavustus, koulumatkatuki	020 692 209
Sairastaminen Sairaanhoitokorvaukset, lääkekorvaukset, sairauspäiväraha	020 692 204
Työttömyysajan tuet Työmarkkinatuki, peruspäiväraha, koulutusajan tuet työttömälle	020 692 210
Vammaistuet Vammaistuet, eläkettä saavan hoitotuki, keliakiakorvaus	020 692 211